

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DENGAN SIKAP WANITA
USIA 45-50 TAHUN DALAM UPAYA PENCEGAHAN OSTEOPOROSIS
DI DESA PABELAN KARTASURA SUKOHARJO**



Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan

Disusun Oleh :

ESSA PUTRA ANDI
J 210 080 068

**PROGRAM STUDI KEPERATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2017

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DENGAN SIKAP WANITA
USIA 45-50 TAHUN DALAM UPAYA PENCEGAHAN OSTEOPOROSIS
DI DESA PABELAN KARTASURA SUKOHARJO**

PULBIKASI ILMIAH

Oleh :

ESSA PUTRA ANDI

J 210 080 068

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen

Pembimbing



Kartinah, S.Kep., M.P.H

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DENGAN SIKAP WANITA USIA 45-50 TAHUN DALAM UPAYA PENCEGAHAN OSTEOPOROSIS DI DESA PABELAN KARTASURA SUKOHARJO




Oleh :

ESSA PUTRA ANDI

J 210 080 068

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Rabu, 20 Desember 2017
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji

1. Kartinah, S.Kep., M.PH (Ketua Dewan Penguji) 
2. Wachidah Yuniartika, S.Kep., Ns., M.Kep (Anggota I Dewan Penguji) 
3. Dian Nu Wulaningrum, S.Kep., Ns., M. Kep (Anggota II Dewan Penguji) 



Dekan,

Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes

NIK. 786

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 6 Desember 2017

Penulis,



ESSA PUTRA ANDI
J 210 080 068

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DENGAN SIKAP WANITA USIA 45-50 TAHUN DALAM UPAYA PENCEGAHAN OSTEOPOROSIS DI DESA PABELAN KARTASURA SUKOHARJO

ABSTRAK

Salah satu resiko yang dihadapi wanita dengan semakin bertambahnya usia harapan hidup yang berhubungan dengan kesehatannya adalah keadaan tulang keropos atau osteoporosis. Osteoporosis dan massa tulang yang rendah saat ini diperkirakan merupakan ancaman kesehatan yang serius pada wanita dan pria berusia 50 tahun atau lebih. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada bulan juli 2013 di Dukuh Pabelan didapatkan hasil bahwa jumlah penduduk di Dukuh Pabelan adalah 350 orang terdiri dari 105 KK, jumlah penduduk wanita yang berusia 45-50 tahun sebanyak 60 orang. Hasil wawancara yang dilakukan penulis secara acak kepada tujuh responden tentang pengetahuan osteoporosis, empat orang (57,14%) menjawab kurang benar dan tiga orang (42,86%) menjawab benar. Sedangkan dari hasil wawancara tentang sikap pencegahan osteoporosis diketahui bahwa 5 orang dari 7 informan menjawab jarang minum susu dan olah raga, sedangkan untuk kegiatan berjemur di bawah sinar matahari 4 orang dari 7 informan masih jarang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang osteoporosis dengan sikap pencegahan osteoporosis pada wanita usia 45-50 tahun di Desa Pabelan. Populasi dalam penelitian ini adalah semua penduduk wanita yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo yang masih berusia 45-50 tahun dengan jumlah 270 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*, sehingga diperoleh 73 responden sebagai sampel penelitian. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, sedangkan analisis data menggunakan *Chi Square*. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan sikap pencegahan osteoporosis pada wanita usia 45-50 tahun di Desa Pabelan, Kartasura, Sukoharjo ($p= 0,008$).

Kata kunci: pengetahuan, sikap, osteoporosis.

ABSTRACT

One of the risks that women face with increasing age of life expectancy associated with health is a state of bone loss or osteoporosis. Osteoporosis and low bone mass are presently thought to constitute a serious health threat to women and men 50 years of age or older. Based on a preliminary study conducted by the authors in July 2013 in the village of Pabelan obtained the result that the population in the village of Pabelan 350 people consists of 105 families, the number of female population aged 40-50 years as many as 60 people. The results of interviews by random authors to seven respondents about knowledge of osteoporosis, four people (57.14%) answered less true and three people (42.86%) answered

correctly. While the results of interviews on the prevention attitude of osteoporosis known that 5 people from 7 informants answered rarely drink milk and exercise, while for sunbathing activities 4 people from 7 informants is still rare. This study aims to determine the relationship between the level of knowledge about osteoporosis with prevention of osteoporosis in women aged 45-50 years in the village of Pabelan. The population in this study were all female residents who lived in Pabelan Village, Kartasura District, Sukoharjo Regency, aged 45-50 years with 270 people. Sampling technique in this research using simple random sampling technique, so that obtained 73 respondents as sample research. Data collection using questionnaire, while data analysis using Chi Square. Based on the results of the study known that the relationship between the level of knowledge with prevention of osteoporosis in women aged 45-50 years in the village of Pabelan, Kartasura, Sukoharjo ($p = 0.008$).

Keywords: knowledge, attitude, osteoporosis.

1. PENDAHULUAN

Salah satu resiko yang dihadapi wanita dengan semakin bertambahnya usia harapan hidup yang berhubungan dengan kesehatannya adalah keadaan tulang keropos atau osteoporosis. Osteoporosis dan massa tulang yang rendah saat ini diperkirakan merupakan ancaman kesehatan yang serius pada wanita dan pria berusia 50 tahun atau lebih (Cosman, 2009).

Menurut Stanley (2006) jika dibandingkan dengan pria wanita memiliki resiko lebih tinggi dan lebih cepat terserang osteoporosis, hal ini disebabkan karena wanita mengalami menopause, yakni berhentinya produksi hormone esterogen sehingga terjadi penurunan kadar kalsium darah. Menopause sebagai priode berhentinya haid pada wanita secara alamiah biasanya terjadi pada usia 45-55 tahun (Syafrudin, 2011). Komplikasi yang dialami pada saat menopause salah satunya adalah osteoporosis yang merupakan penyakit pengeroposan tulang yang menimbulkan rasa nyeri dan sangat berpotensi mengalami patah tulang (Spencer, 2008).

Sekitar 80% penderita osteoporosis adalah wanita, termasuk wanita muda yang mengalami penghentian siklus menstruasi. Hilangnya hormone estrogen setelah menopause meningkatkan risiko terkena osteoporosi. Osteoporosis yang sering disebut penyakit pengeroposan tulang ini ternyata menyerang wanita sejak masih muda. Tidak dipungkiri penyakit osteoporosis pada wanita dipengaruhi

oleh hormone esterogen, namun karena gejala baru muncul setelah usia 50 tahun, penyakit osteoporosis tidak mudah dideteksi secara dini (Syafudin, 2011).

Berdasarkan studi di Indonesia fakta-faktornya adalah prevalensi osteoporosis untuk umur kurang dari 70 tahun untuk wanita sebanyak 18-36% sedangkan pria 20-27%, untuk umur di atas 70 tahun untuk wanita 53,6% sedangkan pria 38%, orang yang terserang osteoporosis rata-rata berusia lebih dari 50 tahun, dua dari lima orang Indonesia memiliki risiko terkena penyakit osteoporosis (Zaviera, 2008).

Menurut Stanley (2006) pencegahan untuk osteoporosis biasanya dilakukan dengan menekankan pada pengurangan faktor risiko, asupan kalsium dan nutrisi adekuat, aktifitas fisik dan terapi sulih hormon. Departemen kesehatan bersama Perhimpunan Osteoporosis Indonesia (Perosi) mengadakan sosialisasi pencegahan penyakit ini dengan pencanangan Hari Osteoporosis Nasional pada 20 September 2005. Pemerintah sendiri sudah mengkampanyekan pencegahan osteoporosis sejak 2002 melalui Menteri kesehatan. Dan sosialisasinya dilakukan oleh Departemen kesehatan bersama Perosi pada tingkat nasional yang bertepatan dengan hari osteoporosis sedunia tanggal 20 Oktober 2002. Ketua Umum Perosi, Prof Dr dr Irchamsyah A Rachman SpOG mengatakan, osteoporosis merupakan *silent disease* yaitu penyakit tanpa gejala. Tanpa disadari penderita, tulangnya ternyata sudah keropos dan mudah patah (Siswono, 2005).

Jika kita bertanya kepada sekumpulan wanita usia setengah baya (40-50 tahun) mengenai sejauh mana pemahaman mereka terhadap ancaman osteoporosis, ternyata informasi yang kita dapat sangat beragam. Ada yang beranggapan kondisi tubuhnya aman-aman saja karena selama ini tidak merasakan adanya keluhan, sehingga dia tidak perlu berjaga-jaga secara berlebihan. Namun, sebagian ada juga yang sadar akan pentingnya perhatian terhadap kesehatan tulang di usia tersebut (Zaviera, 2008).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada bulan juli 2013 di Dukuh Pabelan didapatkan hasil bahwa jumlah penduduk di Dukuh Pabelan 350 orang terdiri dari 105 KK, jumlah penduduk wanita yang berusia 40-50 tahun sebanyak 60 orang. Hasil wawancara yang dilakukan penulis secara

acak kepada tujuh responden tentang pengetahuan osteoporosis, empat orang (57,14%) menjawab kurang benar dan tiga orang (42,86%) menjawab benar. Sedangkan dari hasil wawancara tentang sikap pencegahan osteoporosis diketahui bahwa 5 orang dari 7 informan menjawab jarang minum susu dan olah raga, sedangkan untuk kegiatan berjemur di bawah sinar matahari 4 orang dari 7 informan masih jarang. Hal ini disebabkan minimnya informasi yang diperoleh informan tentang sikap pencegahan osteoporosis akibat kurangnya sosialisasi dan penyuluhan dari Dinas Kesehatan.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk meneliti tentang hubungan tingkat pengetahuan dan sikap pencegahan osteoporosis yang dilakukan oleh wanita usia 45-50 tahun di Desa Pabelan.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan metode *deskriptif korelatif* dengan pendekatan *cross sectional* yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk mempelajari korelasi antara variabel terikat dan variabel bebas dalam waktu yang sama, artinya setiap subjek penelitian hanya dilakukan dan diukur sekali saja dan dalam waktu yang sama (Nursalam, 2008). Penelitian ini dilakukan di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Juni 2015. Populasi dalam penelitian ini adalah semua penduduk wanita yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo yang masih berusia 45-50 tahun dengan jumlah 270 orang yang tercatat pada bulan September 2014, adapun sampel penelitian adalah 73 wanita yang berusia 45-50 yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo.

Analisa data adalah analisis statistik, digunakan pada data kuantitatif atau data yang dikuantifikasi (Nursalam, 2008). Analisa data meliputi tiga bagian yaitu:

- a. Analisa *univariat* adalah analisa yang menggambarkan karakteristik tiap variabel dari penelitian yang menghasilkan distribusi presentasi dari tiap variabel (Notoadmojo, 2002). Analisa *univariat* dilakukan terhadap tiap

variabel penelitian melalui distribusi frekuensi dan prosentase yang ditampilkan dalam bentuk tabel.

- b. Analisa *bivariat* bertujuan menguji hubungan tiap variabel bebas dengan variabel terikat. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan rumus Kai kuadrat (χ^2)/*Chi-Square*. Analisa data dengan uji statistik *Chi-Square* ini untuk menguji hubungan antara masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat.

3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

3.1. Karakteristik Responden Penelitian

3.1.1. Pendidikan

Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan sarana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak yang mulia serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Saman, 2007). Pendidikan dalam kehidupan manusia merupakan sebuah proses yang harus dilakukan sepanjang hayat. Pada saat ini pendidikan bukan hanya merupakan suatu proses pembelajaran dalam masyarakat, tetapi sudah berkembang menjadi pusat atau narasumber dari segala pengetahuan. Pendidikan mempunyai fungsi utama yang selalu ada dalam perkembangan sejarah manusia yaitu untuk meningkatkan taraf pengetahuan manusia. Pendidikan merupakan sarana sosialisasi nilai-nilai budaya yang ada di masyarakat setempat, juga sebagai media untuk mentransmisikan nilai-nilai baru maupun mempertahankan nilai-nilai lama (Anwarudin, 2008).

Hasil distribusi data tentang pendidikan wanita yang berusia 45-50 yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo diketahui bahwa 13,7% atau 10 orang mempunyai pendidikan terakhir di Sekolah Dasar (SD); 65,8% atau 48 orang mempunyai pendidikan terakhir di Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama (SLTP) dan 20,5% atau 15 orang mempunyai pendidikan terakhir di Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA), sehingga dapat diketahui bahwa sebagian besar wanita yang berusia 45-50 yang tinggal di Desa Pabelan,

Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo mempunyai pendidikan terakhir tingkat Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama (SLTP).

Menurut Mantra (2004) makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi baik dari orang lain maupun dari media masa. Dan sebagian dari mereka sudah bekerja dalam waktu yang lama, pengalaman belajar selama bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan mengambil keputusan yang merupakan manifestasi dari keterpaduan menalar secara ilmiah dan etik

3.1.2. Pekerjaan

Pekerjaan adalah sesuatu yang dilakukan oleh manusia untuk tujuan tertentu yang dilakukan dengan cara yang baik dan benar. Manusia perlu bekerja untuk mempertahankan hidupnya. Dengan bekerja seseorang akan mendapatkan uang. Uang yang diperoleh dari hasil bekerja tersebut digunakan untuk memenuhi kebutuhan hidup. Oleh sebab itu, uang tersebut harus berasal dari hasil kerja yang halal. Bekerja yang halal adalah bekerja dengan cara-cara yang baik dan benar. Jenis pekerjaan ada bermacam-macam. Ada pekerjaan menghasilkan barang dan ada pula pekerjaan yang menyediakan jasa. Pekerjaan menghasilkan barang dapat dilihat hasilnya. Adapun pekerjaan memberikan jasa hanya dapat dirasakan manfaat dari layanannya.

Hasil distribusi data tentang pekerjaan wanita yang berusia 45-50 yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo diketahui bahwa 15,1% atau 11 orang mempunyai pekerjaan sebagai buruh; 60,3% atau 6 orang mempunyai pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga; 8,2% atau 6 orang mempunyai pekerjaan sebagai Pegawai Swasta; 5,5% atau 4 orang mempunyai pekerjaan sebagai Pegawai Negeri Sipil dan 11,0% atau 8 orang mempunyai pekerjaan sebagai wiraswasta, sehingga sebagian besar pasien wanita yang berusia 45-50 yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo merupakan Ibu Rumah Tangga.

Ibu rumah tangga atau wanita yang tidak bekerja mempunyai peluang waktu yang lebih banyak untuk memperhatikan kesehatan dirinya. Dengan waktu yang

cukup luang menjadikan wanita dapat melakukan kegiatan produktif atau pencegahan terhadap segala sumber penyakit yang berisiko, sehingga dengan tidak bekerja seorang wanita mempunyai waktu yang cukup banyak untuk melakukan upaya pencegahan osteoporosis.

3.2. Analisis Univariat

3.2.1. Pengetahuan tentang Upaya Pencegahan Osteoporosis

Pengetahuan tentang upaya pencegahan osteoporosis merupakan level kemampuan seorang responden dalam menjawab pertanyaan tentang pengertian, penyebab, gejala dan cara mencegah osteoporosis. Berdasarkan hasil penelitian tentang pengetahuan wanita yang berusia 45-50 yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo dalam upaya pencegahan osteoporosis diketahui bahwa 45,2% atau 33 orang mempunyai pengetahuan yang baik; 30,1% atau 22 orang mempunyai pengetahuan yang cukup dan 24,7% atau 18 orang mempunyai pengetahuan yang kurang, sehingga dapat diketahui bahwa sebagian besar wanita yang berusia 45-50 yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo mempunyai pengetahuan yang baik dalam upaya pencegahan osteoporosis.

Salah satu risiko yang dihadapi wanita dengan semakin bertambahnya usia harapan hidup yang berhubungan dengan kesehatannya adalah keadaan tulang keropos atau osteoporosis. Osteoporosis dan massa tulang yang rendah saat ini diperkirakan merupakan ancaman kesehatan yang serius pada wanita dan pria berusia 50 tahun atau lebih (Cosman, 2009).

Menurut Stanley (2006) jika dibandingkan dengan pria wanita memiliki risiko lebih tinggi dan lebih cepat terserang osteoporosis, hal ini disebabkan karena wanita mengalami menopause, yakni berhentinya produksi hormone estrogen sehingga terjadi penurunan kadar kalsium darah. Menopause sebagai periode berhentinya haid pada wanita secara alamiah biasanya terjadi pada usia 45-55 tahun (Syafudin, 2011). Komplikasi yang dialami pada saat menopause salah satunya adalah osteoporosis yang merupakan penyakit pengeroposan tulang yang menimbulkan rasa nyeri dan sangat berpotensi mengalami patah tulang (Spencer, 2008).

3.2.2. Sikap terhadap Upaya Pencegahan Osteoporosis

Sikap terhadap upaya pencegahan osteoporosis merupakan respon atau pendapat yang ditunjukkan oleh responden terhadap pencegahan osteoporosis. Berdasarkan hasil penelitian tentang sikap wanita yang berusia 45-50 yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo dalam upaya pencegahan osteoporosis diketahui bahwa 32,9% atau 24 orang mempunyai sikap pencegahan yang baik; 37,0% atau 27 orang mempunyai sikap pencegahan yang cukup dan 30,1% atau 22 orang mempunyai sikap pencegahan yang kurang, sehingga dapat diketahui bahwa sebagian besar wanita yang berusia 45-50 yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo mempunyai sikap yang cukup dalam upaya pencegahan osteoporosis.

Sikap seseorang terhadap suatu objek adalah perasaan yang mendukung atau memihak (*favourale*) maupun perasaan tidak mendukung atau tidak memihak (*unfavourale*) pada objek tertentu (Berkowitz dalam Azwar, 2009).

Sikap sosial terbentuk dari adanya interaksi social yang dialami individu. Dalam interaksi social individu bereaksi membentuk pola sikap tertentu terhadap berbagai objek psikologis yang dihadapinya, diantaranya berbagai factor yang mempengaruhi pembentukan sikap adalah pengalaman pribadi, kebudayaan, orang lain yang dianggap penting, media massa, institute atau lembaga pendidikan, dan factor emosional dalam diri individu (Azwar, 2009).

3.3. Analisis Bivariat

Hubungan antara tingkat pengetahuan tentang osteoporosis dengan sikap pencegahan osteoporosis pada wanita usia 45-50 tahun di Desa Pabelan diketahui bahwa pada wanita yang mempunyai pengetahuan yang baik dalam upaya pencegahan osteoporosis sebanyak 48,5% mempunyai sikap yang baik dalam melakukan upaya pencegahan osteoporosis, 39,4% mempunyai sikap yang cukup dalam melakukan upaya pencegahan osteoporosis dan 12,1% mempunyai sikap yang kurang dalam melakukan pencegahan osteoporosis. Hasil ini menunjukkan adanya kecenderungan bahwa pengetahuan yang baik akan membentuk sikap yang baik untuk melakukan upaya pencegahan osteoporosis.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat responden yang mempunyai pengetahuan baik, namun sikap pencegahan osteoporosisnya termasuk dalam kategori kurang (12,1%), hal ini disebabkan karena terkadang pengetahuan yang diperoleh hanya sebatas teori, sehingga implementasinya jarang diterapkan, akibatnya meskipun sudah mengetahui teori tentang pencegahan osteoporosis, namun tidak melakukan pencegahan terhadapnya, sebaliknya juga terdapat responden yang mempunyai pengetahuan kurang, namun justru sikap pencegahan terhadap osteoporosisnya baik (22,2%), ini disebabkan oleh lingkungan atau gaya hidup sehat yang senantiasa diterapkan dalam kehidupan, sehingga meskipun secara teori tidak mengetahui secara baik, namun pemahaman terhadap perilaku hidup sehat tersebut menjadikan responden mempunyai sikap yang baik terhadap pencegahan osteoporosis. Hal ini relevan dengan penelitian Nanda dan Sudarmiati (2013) yang menunjukkan bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan yang baik dan sikap yang positif maka akan menjadikan perilaku seseorang menjadi lebih aktif, namun tidak semua sampel melakukan pencegahan osteoporosis secara aktif.

Pada wanita yang mempunyai pengetahuan yang cukup dalam upaya pencegahan osteoporosis sebanyak 18,2% mempunyai sikap yang baik dalam melakukan upaya pencegahan osteoporosis, 45,5% mempunyai sikap yang cukup dalam melakukan upaya pencegahan osteoporosis dan 36,4% mempunyai sikap yang kurang dalam melakukan pencegahan osteoporosis. Hasil ini menunjukkan adanya kecenderungan bahwa pengetahuan yang cukup akan membentuk sikap yang cukup untuk melakukan upaya pencegahan osteoporosis. Dengan memiliki pengetahuan tentang osteoporosis secara baik maka direspon secara positif oleh responden sebelum diwujudkan dalam bentuk perilaku (*practice*). Dengan demikian pengetahuan tentang osteoporosis menjadi dasar bagi terbentuknya sikap dan perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia (Tamsuri dan Haren, 2010).

Pada wanita yang mempunyai pengetahuan yang kurang dalam upaya pencegahan osteoporosis sebanyak 22,2% mempunyai sikap yang baik dalam melakukan upaya pencegahan osteoporosis, 22,2% mempunyai sikap yang cukup

dalam melakukan upaya pencegahan osteoporosis dan 55,6% mempunyai sikap yang kurang dalam melakukan pencegahan osteoporosis. Hasil ini menunjukkan adanya kecenderungan bahwa pengetahuan yang kurang akan membentuk sikap yang kurang untuk melakukan upaya pencegahan osteoporosis. Hal ini disebabkan bahwa pengetahuan tentang osteoporosis terbukti tidak diikuti dengan perilaku pencegahan dini penyakit tersebut. Perlunya pelatihan yang aplikatif terjadwal dan berkesinambungan pada wanita yang datang berobat, dan penelitian lanjutan dengan sampel dan variabel yang berbeda (Tuegeh, et.al. 2012).

Berdasarkan hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai $\chi^2_{hitung} = 13,747$ dengan $p = 0,008$. Oleh karena hasil perhitungan menunjukkan bahwa $p < 0,05$ maka H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan sikap pencegahan osteoporosis pada wanita usia 45-50 tahun di Desa Pabelan, Kartasura, Sukoharjo. Hasil penelitian ini konsiste dengan penelitian Etemadifar, et.al (2013) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan hidup dan kesadaran osteoporosis terhadap perilaku pencegahan osteoporosis dan faktor risikonya.

Menurut Stanley (2006) pencegahan untuk osteoporosis biasanya dilakukan dengan menekankan pada pengurangan faktor resiko, asupan kalsium dan nutrisi yang adekuat, aktifitas fisik dan terapi sulih hormon. Departemen kesehatan bersama Perhimpunan Osteoporosis Indonesia (Perosi) mengadakan sosialisasi pencegahan penyakit ini dengan pencanangan Hari Osteoporosis Nasional pada 20 September 2005. Pemerintah sendiri sudah mengkampanyekan pencegahan osteoporosis sejak 2002 melalui Menteri kesehatan dan sosialisasinya dilakukan oleh Departemen kesehatan bersama Perosi pada tingkat nasional yang bertepatan dengan hari osteoporosis sedunia tanggal 20 Oktober 2002. Ketua Umum Perosi, Prof Dr dr Irchamsyah A Rachman SpOG mengatakan, osteoporosis merupakan *silent disease* yaitu penyakit tanpa gejala. Tanpa disadari penderita, tulangnya ternyata sudah keropos dan mudah patah (Siswono, 2005).

Jika kita bertanya kepada sekumpulan wanita usia setengah baya (45-50 tahun) mengenai sejauh mana pemahaman mereka terhadap ancaman osteoporosis, ternyata informasi yang kita dapat sangat beragam. Ada yang

beranggapan kondisi tubuhnya aman-aman saja karena selama ini tidak merasakan adanya keluhan, sehingga dia tidak perlu berjaga-jaga secara berlebihan. Namun, sebagian ada juga yang sadar akan pentingnya perhatian terhadap kesehatan tulang di usia tersebut (Zaviera, 2008)

4. PENUTUP

4.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap pencegahan osteoporosis yang dilakukan oleh wanita usia 45-50 tahun di Desa Pabelan dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

- a. Wanita yang berusia 45-50 yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo mempunyai pengetahuan yang baik dalam upaya pencegahan osteoporosis.
- b. Wanita yang berusia 45-50 yang tinggal di Desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo mempunyai sikap yang cukup dalam upaya pencegahan osteoporosis.
- c. Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan sikap pencegahan osteoporosis pada wanita usia 45-50 tahun di Desa Pabelan, Kartasura, Sukoharjo ($p=0,008$).

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti memberikan saran bagi:

4.1.1 Dinas Kesehatan

- a. Dinas Kesehatan diharapkan untuk meningkatkan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat, khususnya tentang osteoporosis melalui kegiatan Posyandu, pertemuan warga, pemasaran sepanduk, poster dan lain-lain.
- b. Melakukan kampanye tentang pentingnya pencegahan osteoporosis melalui berbagai media cetak dan elektronik, sehingga informasi tentang osteoporosis pada wanita dapat diperoleh melalui televisi, radio dan lain sebagainya.

4.1.2 Masyarakat

- a. Masyarakat diharapkan senantiasa memperhatikan lingkungan dan membiasakan diri untuk mengonsumsi makanan yang dapat mencegah

osteoporosis, sehingga dapat meminimalisir terjadinya osteoporosis yang terlalu dini.

- b. Masyarakat diharapkan berperan aktif dalam meningkatkan pemahaman wanita dalam upaya pencegahan osteoporosis melalui keluarga, sehingga dapat membantu wanita untuk mencegah terjadinya osteoporosis.

4.1.3 Peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih mendalam lagi kaitannya dengan upaya pencegahan osteoporosis.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, Saifuddin. 2009. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cosman, Felicia. (2009). *Osteoporosis: Panduan Lengkap Agar Tulang Anda Tetap Sehat*, Yogyakarta : B – First.
- Etemadifar, Mohammad Reza, et.al. 2013. Relationship of Knowledge About Osteoporosis with Education Level and Life Habits. *World J Orthop* 2013 July 18; 4(3): 139-143 ISSN 2218-5836.
- Mantra, I. B. 2004. *Pengantar Studi Demografi*. Yogyakarta: Nur Cahya.
- Nanda, S. Sudarmiati, S. 2013. Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Wanita Premenopause Dengan Perilaku Pencegahan Osteoporosis Di Kelurahan Srandol Wetan Kecamatan Banyumanik Semarang
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan Edisi Revisi*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. 2008. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis, Dan Instrumen Penelitian Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika.
- Spenser, F. R. 2008. *Simple Guide Menopause*, Jakarta : Erlangga.
- Stanley, M. 2006. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*, Edisi 2, Jakarta : EGC.
- Syafrudin. 2011. *Himpunan Penyuluhan Kesehatan Pada Remaja, Keluarga, Lansia Dan Masyarakat*, Jakarta : Trans Info Media.
- Tamsuri, Anas dan Hareni, Risti Dwi. Hubungan Pengetahuan tentang Osteoporosis dengan Pencegahan Osteoporosis pada Lanjut Usia di Dusun Puhrejo Desa Tulungrejo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri. *Jurnal AKP*. No. 2.

- Tuegeh, Johana, Oeitono, Anita dan Tangka, Jon W. 2012. Hubungan Pengetahuan Wanita dengan Pencegahan Dini Osteoporosis di Poliklinik Rheumatologi BLU RSUP Prof. Dr. R.D. Kandou Manado. *JUIPERDO*, Vol 1 No. 1.
- Zaviera, F. 2008. *Osteoporosis: Deteksi Dini, Penanganan dan Terapi Praktis*, Yogyakarta : Kata Hati.